大東製薬工業マンスリーレポート

Vol.3 男性ホルモン補充療法について②　（2010年3月25日 発行）

男性の心と身体の健康管理

-低用量テストステロン補充剤の臨床効果-

齢のせいかどうも疲れやすい、だるくて仕事に集中できない、昔はこんな感じではなかった・・・そんな症状がある場合は男性更年期障害（LOH 症候群）が疑われるかもしれません。男性の中年期は女性と同じように精神的にも肉体的にも様々な変化をともなうため、人生におけるターニングポイントになります。以前とは違う「衰え」や「疲れ」を感じ始めたら、自分の心や身体のメンテナンスが必要になる年代ともいえるのではないでしょうか。

男性更年期障害のチェックはどうやるの？

自分は男性更年期障害ではないだろうか・・、そう思った時は以下のチェックリストに記入してみてください。このチェックリストは、実際に臨床現場で男性更年期障害の指標として使用されている「男性の老化症状に関する質問票（AMS 調査票日本語版）」です。現在あてはまる症状の程度をチェックしてください（症状がない場合は１点としてカウント）。

AMS 調査票

症　状	なし	軽い	中程度	重い	非常に重い
1. 総合的に調子が思わしくない（健康状態、本人自身の感じ方）	1	2	3	4	5
2. 関節や筋肉の痛み（腰痛、関節痛、 手足の痛み、背中の痛み）	1	2	3	4	5
3. ひどい発汗(思いがけず突然汗が出る。緊張や運動とは関係なくほてる）	1	2	3	4	5
4. 睡眠の悩み(寝つきが悪い、ぐっすり眠れない、寝起きが早く疲れがとれない、浅い睡眠、眠れない）	1	2	3	4	5
5. よく眠くなる、しばしば疲れを感じる	1	2	3	4	5
6. いらいらする(当たり散らす、些細なことに直ぐ腹を立てる、不機嫌になる）	1	2	3	4	5
7. 神経質になった(緊張しやすい、精神的に落ち着かない、じっとしていられない）	1	2	3	4	5
8. 不安感(パニック状態になる）	1	2	3	4	5
9.からだの疲労や行動力の減退（全般的な行動力の低下、活動の減少、余暇活動に興味がない、達成感がない、自分をせかせないと何もしない）	1	2	3	4	5
10. 筋力の低下	1	2	3	4	5
11. 憂うつな気分(落ち込み、悲しみ、涙もろい、意欲がわかない、気分のむら、無用感）	1	2	3	4	5
12. 絶頂期は過ぎたと感じる	1	2	3	4	5
13. 力尽きた、どん底にいると感じる	1	2	3	4	5
14. ひげの伸びが遅くなった	1	2	3	4	5
15. 性的能力の衰え	1	2	3	4	5
16. 早朝勃起（朝立ち）の回数の減少	1	2	3	4	5
17. 性欲の低下(セックスが楽しくない、性交の欲求がおきない）	1	2	3	4	5

評価方法

症状の評価方法は 17～26 点が「症状なし」、27～36 点が「軽度」、37～49 点が「中等度」、50 点以上が「重症」となります。当てはまる項目が多い場合や、症状の重症度が「中等度」以上の場合は、医療機関への受診をお勧めいたします。クリニックによっては、受診時に希望すれば採血を行い男性ホルモンの値を調べることもできます（保険適用の有無はクリニックにお問い合わせください）。検査結果はおよそ 1 週間程度で出ますが、男性ホルモン値が正常値よりも低い場合、LOH 症候群が示唆されます。

前立腺に病気（前立腺がんや重度の前立腺肥大）がない場合、治療方法としては「男性ホルモン補充療法」が一般的に行われます。医療機関ではデポー剤（注射剤）による補充が一般的です。内服薬もありますが、肝障害などの副作用の問題であまり使用されていません。海外ではジェル剤や貼り薬などの安全性の高い製剤がありますが、国内では認可されていないのが現状です。

自宅で手軽にホルモン補充

OTC 医薬品である「グローミン®」は他の医療用医薬品に比べるとテストステロン投与量がごく少量ですが、その効果は臨床的に確かめられています。LOH 症候群と診断された男性 50 名（平均年齢 55.5±9.8 歳）を対象にしてグローミン®の用法・用量通りに 12 週間使用し、上述した AMS 問診票によってその効果を測定しました。

グローミン®

	治療前	治療後
心理的因子	12.4±4.8	10.9±5.0
身体的因子	18.7±4.9	16.4±5.1
性機能因子	14.5±4.6	13.1±4.4

表　グローミンによる AMS スコアの改善効果

天野俊康ほか：「男性更年期障害の重症度分類による男性ホルモン軟膏の治療効果の検討」
泌尿紀要, vol.52, 25-29, 2006

表に示したように、グローミン®は心理的・身体的・性機能因子それぞれの項目で症状を改善することがわかりました。特に AMS の総得点が 50 点以上の重症な LOH 症候群男性の場合は、心理的因子で 15.2 から 13.0、身体的因子では 22.3 から 19.1、性機能因子が 16.0 から 14.0 と、統計的にも有意な改善効果が見られています。また、12 週間の投与での副作用は、排尿障害が 2 例、脂漏性湿疹が 1 例で、重篤な症状は見られませんでした。

国内では「男性ホルモン」と聞くと強精剤というイメージがあるかと思いますが、性機能の改善はもちろんのこと、ストレスが原因のうつ症状などを含む心理的症状、年齢による身体の疲れなどを含む身体的症状にも男性ホルモン補充療法は高い効果を示します。一般的に「齢だから仕方がない」とされている症状に対するアンチエイジング療法として、低用量男性ホルモン補充療法を一度お試しください。

【 次号予定】　テストステロン補充は前立腺疾患の予防になる？ -前立腺飽和モデルのご紹介-

ご感想・ご質問、お待ちしています。
（お名前・屋号・所在地・ご連絡先電話番号またはメールアドレスを
お書き添えいただけましたら、もれなく薄謝をお送り致します。）

【 宛先： 大東製薬工業マンスリーレポート係 】
ＦＡＸ：　03-3954-2507
E-mail： info@daito-p.co.jp

発行・宛先：大東製薬工業株式会社
マンスリーレポート係
東京都豊島区南長崎４丁目 36 番 13 号
お客様相談室：0120-246-717
URL: http://www.daito-p.co.jp/